



INFORMATION GÉNÉRALES

Organisation : Club Rennais de Course d'Orientation
Directeur de course : Thierry PORRET

Traceur : Gwendal LETONDEUR

GEC : Christophe GUEDAS

Contrôleur des circuits : Raphaël LE CAM

COURSE COMPTANT POUR
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI – NON



CARTES

Nom : Carte du carrefour des dames (forêt de Liffré)

Relevés : mise à jour 2025

Cartographe : Thierry PORRET

Échelle : 1/10 000

Équidistance : 2.5 m

Type de terrain : Typique des forêts Rennaises avec peu de dénivelé mais extrêmement varié en végétation.



HORAIRES

Accueil : A partir de 9H30

Départs : à partir de 10h00 au boîtier et toutes les minutes

Derniers départs :

- 100 balises : 11h00
- 70 balises : 11h30
- 49 balises : 12h00
- 29 et 16 balises : 12h30

Remise des récompenses : Non

Fermeture des circuits : 14h30



ACCÈS

Fléchage : [Sur D100 entre St Aubin du Cormier et la Bouexière](#)

Accueil : [Carrefour des 7 routes](#)

Utilisez uniquement l'itinéraire fléché pour vous rendre à la maison forestière. C'est le seul accès autorisé par l'ONF.

Distance parking-accueil : 100m

Distance accueil-départ : sur place

Distance arrivée-accueil : sur place



CIRCUITS

Circuits compétitions en solo ou par équipe de 2 ou 3 :

- 100 balises (20 km) : Violet
- 70 balises (14 km) : Violet
- 49 balises (10 km) : Orange
- 29 balises (6 km) : Jaune
- 16 balises (3km) : Bleu/Jaune



RÉSULTATS

Sur place.

Sur le site du CRCO : <https://crco.fr/>



TARIFS

Licenciés FFCO :

- 100 balises : 11€ par équipier
- 70 balises : 10€ par équipier
- 49 balises : 9€ par équipier
- 29 balises : 8€ par équipier
- 16 balises : 5€ par équipier

Non-licenciés : +4 euros par équipier non licencié (2€ pour le 16 balises)

Location de puce : chèque de caution de 80 euros



ANNONCE DE COURSE * RÉGIONALE



INSCRIPTIONS

Informations complémentaires sur le site du CRCO : <https://crco.fr/>

Inscription pour les licenciés : [Sur Hello-Asso pour les individuels](#) ou en contactant Thierry PORRET pour les inscriptions groupés d'un même club.

Inscription pour les non-licenciés : [sur Hello-Asso](#)

Clôture des inscriptions le dimanche 30 novembre à 23h00.

/!\ Pour être chronométré vous devez obligatoirement signer (sur place ou lors de l'inscription sur Hello-Asso) une attestation reconnaissant avoir pris connaissance du questionnaire de santé et des 10 règles d'or.



CONTACT

t.porret@free.fr

CONSIGNES DE COURSE

Il sera fourni une carte par équipier.

La carte du défi 100 balises sera en recto-verso.

La carte du défi 16 balises est au 1/5000.

A l'inscription, vérifiez bien la compatibilité de votre puce (une seule puce par équipe) pour votre circuit :

- 100 et 70 balises : SIAC, SI11, SI10
- 49 balises : SIAC, SI11, SI10, SI6, SI9
- 29 et 16 balises : toutes les puces

Si votre puce n'était pas compatible, une puce vous serait alors prêtée contre un chèque de caution de 80€.

Les définitions seront uniquement imprimées au verso de vos cartes.

La carte est à la norme ISOM 2017 mais la taille minimal de certains éléments a été revue à la baisse pour garder des postes dans des zones très ouvertes.

Les anciens chemins d'exploitation forestière en cours de régénération ne sont pas cartographiés.

Attention, la carte au format A4 comporte de nombreuses balises et numéros. Pour plus de visibilité, les numéros des centres des papillons ont été décalés. Vérifiez constamment que vous vous dirigez bien vers la balise suivante.

A l'issue de votre circuit, vous devez passer à l'atelier « Chronométrage » pour faire lire votre puce et récupérer votre chèque de caution. En cas d'abandon, vous devez également passer à l'atelier « Chronométrage » pour rendre votre puce, récupérer votre chèque de caution et éviter de lancer les secours à votre recherche.

Afin de respecter les mesures COVID, merci de venir avec vos gobelets pour le ravitaillement en eau et vos bols pour la soupe chaude. Il ne sera pas fourni de verre ou de bol.

Pour les filles et les besoins pressants des toilettes sèches seront à votre disposition.

